رجبی، غلامرضا؛ عباسی، قدرت اله (۱۳۹۰). بررسی رابطه خود انتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست با شرم درونی شده در دانشجویان.
پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره ، ۱ (۲)، ۱۸۲-۱۷۱.

بررسی رابطه خود انتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست با شرم درونی شده در دانشجویان

غلامرضا رجبی[۱]، قدرت اله عباسی[۲]

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۶/۳۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۱۰/۱۴

چکیده

مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه خود انتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست با شرم درونی شده دانشجویان انجام گرفت. ۸۲ مرد و ۱۰۰ زن (جمعاً ۱۸۲ نفر) از دانشجویان ساکن خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه شهید چمران با روش نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای برگزیده شدند. داده‌ها از طریق مقیاس‌های اضطراب اجتماعی، خود انتقادی، ترس از شکست و شرم درونی شده جمع‌آوری و توسط ضریب همبستگی ساده و رگرسیون چندگانه تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که: همسانی درونی مقیاس‌های فوق‌الذکر همگی رضایت بخش بودند. بین متغیرهای خودانتقادی،اضطراب اجتماعی و ترس از شکست با شرم درونی شده رابطه مثبت معنی‌داری دیده شد. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری نشان داد متغیرهای خودانتقادی و اضطراب اجتماعی در پیش‌بینی واریانس متغیر ملاک (شرم درونی شده) سهم دارند و متغیر ترس از شکست در این زمینه نقشی ندارد. در نتیجه می‌توان بیان کرد که انتقادهای افراد از خودشان و اضطرابی که آن‌ها در موقعیت‌های اجتماعی از خود نشان می‌دهند باعث شرم درونی شده می‌شود.

واژه‌های کلیدی: خود انتقادی، اضطراب اجتماعی، ترس از شکست، شرم درونی شده.

[۱] . دانشیار دانشگاه شهید چمران اهواز rajabireza@scu.ac.ir
[۲] . دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز

مقدمه

در ادبیات روان‌شناسی بالینی نقش شرم[1] در همه طبقه‌های اصلی آسیب مرتبط با اختلال، شناسایی شده است (بادن[2]، ۲۰۰۹). شرم احساس دردناکی است که با بسیاری از مشکلات روانی از جمله پرخاشگری، افسردگی، اختلال جسمی، اضطراب، اختلال وسواس، حساسیت بین فردی، اختلال‌های شخصیتی، مصرف مواد مخدر، اختلال استرس پس از سانحه و عزت نفس پایین، ارتباط دارد (هاردر[3]، ۱۹۹۵؛ لویس[4]، ۱۹۷۱؛ ناتانسون[5]، ۱۹۹۲؛ تانجنی و دیرینگ[6]، ۲۰۰۲، برگرفته از الیسون[7]، ۲۰۰۶). شرم یک تجربه هیجانی انزجاری است که با تمایلات اجتنابی و کناره‌گیری در ارتباط است (ماسکولو و فیشر[8]، ۱۹۹۵). اخیراً این سازه روان‌شناختی به عنوان مؤلفه اصلی دامنه‌ای از مشکلات، سلامتی و مستعد بودن به پرخاشگری تشخیص داده شده است (گیلبرت[9]، ۱۹۹۷، ۲۰۰۳، برگرفته از گیلبرت و پروکتر[10]، ۲۰۰۶). شرم عموماً با یک عاطفه دردناک، که اغلب با ادراک‌هایی که شخص از ویژگی‌های شخصی دارد (مثلاً، شکل بدن، اندازه یا ظاهر)؛ ویژگی‌های شخصیتی (ملال آوری) یا در رفتارهایی که از نظر دیگران جالب به نظر نمی‌رسند (مثلاً، تقلب، دزدی) که منجر به طرد یا نوعی از افت اجتماعی می‌شود، در ارتباط است. شرم می‌تواند بیرونی[11] و درونی[12] باشد. شرم بیرونی با تفکرات و احساس‌هایی که شخص چگونه در اذهان دیگران به نظر می‌رسد، مرتبط است (گیلبرت، ۱۹۹۷). در این شرم کانون توجه بر دیدگاه دیگران از خود می‌باشد. شرم درونی با رشد خودآگاهی و چگونه شخص برای دیگران نمود پیدا می‌کند، آشکار می‌گردد (لویس[13]، ۱۹۹۲، برگرفته از گیلبرت و پروکتر، ۲۰۰۶؛ لویس، ۲۰۰۳). کانون توجه این شرم بر احساس‌ها و ارزیابی‌های خود به عنوان یک فرد بی کفایت یا بد است. گیلبرت و پروکتر (۲۰۰۶) معتقدند که یکی از مؤلفه‌های مهم شرم درونی بی‌ارزشی خود[14] و خود انتقادی[15] می‌باشد. به نظر می‌رسد شرم می‌تواند افراد را به آسانی در نشخوار سبک‌های خود انتقادی قرار دهد و منجر به افزایش آسیب‌پذیری در

1. shame
2. Budden
3. Harder
4. Lewis
5. Nathanson
6. Tangney, & Dearing
7. Elison
8. Mascola, & Fisher
9. Gilbert
10. Procter
11. external
12. internal
13. Lewis
14. self-devaluation
15. self-criticism

طیف وسیعی از مشکلات شود. بنابراین، خود انتقادی ارتباط گسترده‌ای با انواع مختلف مشکلات روان‌شناختی دارد. نتایج تحقیقات مختلف نشان می‌دهد که خود انتقادی و شرم نقش مهمی در خشم، اضطراب اجتماعی، اختلال خلقی، بزهکاری، اختلال استرس پس از ضربه، الکلیسم، اختلال شخصیت و مشکلات بین شخصی دارند. خود انتقادی به عنوان شکلی از آزار و اذیت درونی که استرس‌زا و تضعیف کننده خود می‌باشد، نگریسته می‌شود (گیلبرت و ایرونز[۱]، ۲۰۰۴). در نتیجه، خود انتقادی به طور معنی‌داری با استعداد به شرم رابطه دارد (گیلبرت و پروکتر ۲۰۰۶؛ گیلبرت و مایلز[۲]، ۲۰۰۰). شاهار[۳] (۲۰۰۱) نشان داد که شرم یک اثر میانجی بین خود انتقادی در متغیرهای مبتنی بر حمایت اجتماعی، وقایع مثبت و منفی زندگی و رضایت در روابط نزدیک دارد و به نوبه خود، شرایطی را برای کمک به ایجاد علایم افسردگی فراهم می‌کند. گیلبرت و تانجنی (۱۹۹۸، برگرفته از گیلبرت و مایلز، ۲۰۰۰) معتقدند تجربه انتقاد، درک مرتبه اجتماعی و سبک‌های سرزنش، نقش مهمی در شرم و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کنند. همچنین، آن‌ها بر این باورند که انتقاد و پسرفت اجتماعی[۴] می‌تواند به احساس شرم منجر شود، به ویژه اگر شخص مورد انتقاد معتقد باشد، انتقاد صحیح است و متوجه شود که جنبه‌های نامطلوب و غیر جذابش، توسط دیگران مشاهده شده است.

مطالعات نشان می‌دهند که ترس از شکست[۵] با شرم در ارتباط است. بیشتر مطالعات اخیر، ترس از شکست را به عنوان یک گرایش به ارزیابی تهدیدکننده و احساس اضطراب در شرایطی که امکان شکست وجود دارد، تعریف کرده‌اند. طبق دیدگاه شناختی-انگیزشی-رابطه‌ای[۶]، شکست احتمالاً برای افرادی تهدیدکننده است که آن را یاد گرفته‌اند و آن را با نتایج آزاردهنده مرتبط می‌سازند. پیامدهایی که با ترس از شکست در ارتباطند عبارتند از: تجربه شرم و خجالت، خود ارزیابی بی‌ارزش‌کننده، داشتن آینده‌ای نامشخص، از دست دادن علاقه افراد مهم، پنهان شدن از افراد مهم (کونروی[۷]، ۲۰۰۱؛ کونروی، پوکزواردوسکی و هنسچن[۸]، ۲۰۰۱؛ کونروی، ویلو و متزلر[۹]، ۲۰۰۲، برگرفته از کونروی، کای و فیفر[۱۰]، ۲۰۰۷).

---

[1]. Irons
[2]. Miles
[3]. Shahar
[4]. social put down
[5]. fear of failure
[6]. cognitive-motivational-relational view
[7]. Conroy
[8]. Poczwardowski, & Henschen
[9]. Willow, & Metzler
[10]. Kaye, & Fifer

اتکینسون[1] (۱۹۷۵، برگرفته از مک گریگور و الیوت[2]، ۲۰۰۵) نیاز پیشرفت را به عنوان «*ظرفیتی برای احساس غرور در انجام یک کار*» و ترس از شکست را «*ظرفیتی برای میل به شرم در تجارب شکست توصیف می‌کند*» (ص. ۳۶۰). او بیان می‌کند که شرم هسته اصلی ترس از شکست است که توجه تجربی را دریافت می‌کند. به نظر می‌رسد که اتکینسون شرم را با ترس از شکست گره زده است زیرا شرم را به عنوان تقابلی از غرور و ترس از شکست را به عنوان تقابلی از نیاز به پیشرفت در نظر می‌گیرد. از این رو ترس از شکست به عنوان یک چارچوب خود ارزیابی که بر چگونگی جهت‌ها و تجارب شکست در موقعیت‌های پیشرفت تأثیر می‌گذارد، ملاحظه می‌شود (هک هاسن[3]، ۱۹۹۱، برگرفته از مک گریگور و الیوت، ۲۰۰۵). تحقیقات نشان می‌دهد که شرم ریشه در جامعه پذیری والدین و روابط آن‌ها با فرزندان دارد. سی‌اسمیت[4] (۱۹۶۹، برگرفته از مک گریگور و الیوت، ۲۰۰۵) نشان داد که مادران با ترس بالا از شکست، مجموعه معیارهای پیشرفت بالایی را برای فرزندانشان در نظر می‌گیرند اما به نظر می‌رسد که این فرزندان توانایی تحقق این معیارها را نداشته باشند.

مطالعات متعددی ارتباط بین شرم و اضطراب اجتماعی[5] را مورد بررسی قرار داده‌اند. واتسون و فریند[6] (۱۹۶۹، برگرفته از زابیدات، سالیناس، سیرا و پارا[7]، ۲۰۰۷) معتقدند که اختلال اضطراب اجتماعی، اختلال پیچیده‌ای است که شامل اجزاء و ابعاد مختلفی برای بررسی و ارزیابی می‌باشد. اضطراب اجتماعی، به عنوان تجربه استرس، ناراحتی و ترس مربوط به موقعیت‌های اجتماعی که منجر به اجتناب عامدانه از موقعیت‌ها و ترس از مورد ارزیابی منفی قرار گرفتن از سوی دیگران می‌شود، تعریف شده است. گیلبرت (۲۰۰۰) دریافت که بین شرم، افسردگی و اضطراب اجتماعی رابطه وجود دارد. زونگ، وانگ، اویان، زانگ، گائو، یانگ و چن[8] (۲۰۰۸) دریافتند که شرم نقش مهمی در اضطراب اجتماعی دارد. شرم و عوامل شخصی مثل عصبیت و برونگرایی- درونگرایی با نشانه‌های اضطراب اجتماعی در دانشجویان چینی همبسته‌اند. لوت واک و فراری[9] (۱۹۹۷) دریافتند که شرم با پریشانی/ اجتناب اجتماعی و اضطراب تعاملی و ترس از ارزیابی اجتماعی در ارتباط است. همچنین آن‌ها نشان دادند که پریشانی/ اجتناب اجتماعی و

[1] . Atkinson
[2] . Mcgregor, & Elliot
[3] . Heckhausen
[4] . C. Smith
[5] . social anxiety
[6] . Watson, & Frind
[7] . Zubeidat, Salinas, Sierra, & Parra
[8] . Zong, Wang, Qian, Zhang, Gao, Yang, Li, & Chen
[9] . Lutwak, & Ferrari

اضطراب تعاملی پیش‌بین‌های معنادار مربوط به مستعد بودن به شرم می‌باشند. نتایج تحقیقات پیشنهاد می‌کند که توجه به اضطراب اجتماعی احتمالاً در درمان افراد مستعد به صفت شرم ارزشمند است.

شرم یک پدیده گسترده است که در نزد افراد، خانواده‌ها، جوامع و فرهنگ‌های مختلف معانی گوناگونی دارد. در کشور ما که تعالیم آن بر اساس ارزش‌های قرآنی و توصیه‌های اخلاقی و تکالیف شرعی به صورت فردی و گروهی و قبول مسئولیت‌های انسانی و اجتماعی است، در نتیجه انسان‌ها در این نوع از جوامع باید در یکسری از وظایف اخلاقی و مهارت‌های ارتباط متقابل اجتماعی سودمند باشند.

در واقع، این مطالعه به دنبال بررسی عوامل تأثیرگذار بر شرم از روی متغیرهای خود انتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست در دانشجویان می‌باشد. دانشجویان از دید افراد جامعه انسان‌هایی با روابط اجتماعی بالا به حساب می‌آیند و اگر در تردید، دلواپسی، سرزنش‌های درونی و ترس از موقعیت‌های اجتماعی قرار بگیرند به رشد اجتماعی متعادل و متوازن منجر نخواهد شد. در نتیجه، آن‌ها در انجام بسیاری از وظایف تحصیلی و مسئولیت‌های اجتماعی توفیق لازم را بدست نمی‌آورند. در حال حاضر، یکی از اهداف کشور ما این است که ابزارها و راهکارهایی را تدارک ببیند تا روحیه خمودی، ترس، دلواپسی‌ها و شرم را در بین اقشار مردم به ویژه قشر دانشجو کاهش دهد و آن‌ها را از صحنه‌های علمی، اقتصادی و جنبه‌های دیگر بالندگی و پویایی دور نکند. از این رو شناسایی مؤلفه‌های شرم درونی شده در این تحقیق و روش‌های پیشگیرانه برای جلوگیری از این بی‌ارزشی درونی و بیرونی می‌تواند گام‌های جدی در افزایش توان ارتباطات و تعامل‌های اجتماعی مؤثر دانشجویان باشد. این تحقیق به دو سؤال زیر پاسخ می‌دهد: (۱) آیا ترس از شکست، اضطراب اجتماعی و خودانتقادی با شرم درونی شده رابطه دارند؟ و (۲) کدام یک از متغیرهای ترس از شکست، اضطراب اجتماعی و خود انتقادی واریانس شرم درونی شده را پیش بینی می‌کنند؟

روش

جامعه و نمونه

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی دو متغیره و رگرسیون چند متغیری است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر ساکن خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۹۰– ۸۹ بود (۵۵۰۰ نفر). در آغاز از بین خوابگاه‌های موجود یک خوابگاه دخترانه شامل ۱۳ بلوک (۵، ۶، ۷، ۹، ۱۳ و ۱۵) و چهار خوابگاه پسرانه (نخل، زیتون، شهدا و مرعشی) به صورت تصادفی انتخاب شدند. در کل ۱۸۲ نفر (۸۲ مرد و ۱۰۰ زن) به صورت نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای

برگزیده شدند. البته باید خاطر نشان کرد که نمونه اولیه ۲۰۰ دانشجو انتخاب گردیدند که از این تعداد ۱۸ پرسشنامه به طور ناقص توسط آن‌ها برگردانده شد که از نمونه حذف شدند. لیندمن، مرندا و گولد[1] (۱۹۸۰، برگرفته از هومن، ۱۳۸۵) قویاً تاکید می‌کنند که حجم گروه نمونه در تحلیل رگرسیون چند متغیری دست کم ۱۰۰، و یا دست کم ۲۰ برابر تعداد متغیرها، هر کدام بزرگ‌تر است، باشد. همچنین دارلینگتون[2] (۱۹۹۰، برگرفته از سرمد، ۱۳۸۸) بیان می‌کند که تعداد نمونه باید حداقل ۱۰ برابر تعداد متغیرها باشد. میانگین و انحراف معیار سن شرکت کنندگان در کل نمونه ۲۲/۳۴ و ۲/۲۹ با دامنه ۱۸ تا ۳۷ سال، در دانشجویان پسر ۲۳ و ۲/۶۳ با دامنه ۱۹ تا ۳۷ سال و در دانشجویان دختر ۲۱/۷۹ و ۱/۸۲ با دامنه ۱۸ تا ۲۷ سال می‌باشد.

ابزارهای پژوهش

۱- مقیاس اضطراب تعامل اجتماعی[3] (SIAS): این مقیاس برای اندازه‌گیری اضطراب در تعامل‌های بین شخصی تدوین شده که شامل ۲۰ ماده از ابداً=۰ تا فوق‌العاده =۴ رتبه‌بندی شده و حداکثر و حداقل نمره از صفر تا ۸۰ متغیر می‌باشد (ماتریک و کلارک[4]، ۱۹۹۸). در این مقیاس نمره بالا بیانگر اضطراب متقابل اجتماعی آزمودنی است. همچنین آن‌ها ضریب پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۳ و ضریب پایایی آن را به فاصله یک هفته ۰/۹۰ به دست آورده‌اند. در این پژوهش، ضرایب آلفای کرونباخ مقیاس برای کل نمونه ۰/۸۰ و برای مردان ۰/۷۸ و برای زنان ۰/۸۱ محاسبه شده است.

۲- مقیاس ترس از شکست[5]: برای بررسی ترس از شکست از فرم کوتاه ترس از ارزیابی عملکرد[6] (PFAI)، که توسط کونروی و همکاران (۲۰۰۲) با هدف بررسی ترس از شکست عمومی تدوین شده، استفاده شد. این مقیاس شامل ۵ ماده می‌باشد، پاسخ به هر یک از این ماده‌ها در طیف لیکرتی از اعتقادی ندارم (۱) تا کاملاً معتقدم (۵)تدوین شده است. همچنین آن‌ها ضرایب پایایی آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های فرم ۲۵ ماده‌ای را از ۰/۷۴ تا ۰/۸۸ گزارش دادند. ضرایب همسانی درونی (آلفای کرونباخ) این مقیاس در کل نمونه و در مردان و زنان به ترتیب ۰/۷۹، ۷۰ و ۰/۸۳ حاکی از همسانی درونی ماده‌های مقیاس دارد.

---

[1] . Lindeman, Merenda, & Gold
[2] . Darlington
[3] . Social Interaction Anxiety Scale
[4] . Mattrick, & Clark
[5] . Fear of Failure Scale
[6] . The Performance Failure Appraisal Inventory

۳- مقیاس خود انتقادی[1]: در این پژوهش برای اندازه‌گیری خود انتقادی از مقیاس خود انتقادی / حمله به خود/ قوت قلب، گیلبرت، کلارک، همپل[2]، مایلز و آیرونز (۲۰۰۴) که شامل ۲۲ ماده می‌باشد، استفاده شده است.

پاسخ به هر ماده این مقیاس در یک طیف ۵ رتبه‌ای از نوع لیکرتی از کاملاً مخالفم(۰)تا کاملاً موافقم(۴) تنظیم شده و حداکثر و حداقل نمره آن به ترتیب از صفر تا ۸۸ در نوسان است. آن‌ها ضریب پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند. ضرایب همسانی درونی (آلفای کرونباخ) مقیاس خود انتقادی در کل نمونه ۰/۸۳ و در مردان و زنان به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۵ به دست آمد.

۴- مقیاس شرم درونی شده[3]. در این پژوهش برای اندازه‌گیری شرم از مقیاس شرم درونی شده کوک[4] (۱۹۹۳)، که شامل ۳۰ ماده و دو خرده مقیاس کمرویی و عزت نفس استفاده گردیده است.

پاسخ به هر ماده این مقیاس به صورت ۵ رتبه‌ای از نوع لیکرتی (هرگز ۰ تا اکثراً همیشه۴) می‌باشد. نمره‌های بالا در ISS نشان‌دهنده بی‌ارزشی و بی‌کفایتی و احساس حقارت و پوچی و تنهایی و نمره پایین بیانگر اعتماد به نفس بالا می‌باشد. او ضریب پایایی آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های کمرویی و عزت نفس به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۰ گزارش کرده است.

ضرایب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس شرم درونی شده در این مطالعه در کل نمونه ۰/۹۰، در مردان ۰/۸۹ و در زنان ۰/۹۱ به دست آمده است، که رضایت بخش می‌باشند.

یافته‌ها

آزمون کالموگروف-اسمیرنف[5] نشان می‌دهد که توزیع نمره‌های متغیرهای خود انتقادی (z=۱/۰۴، p=۰/۲۲۵)، اضطراب اجتماعی (z=۱/۳۵، p=۰/۰۵۲)، ترس از شکست (z=۰/۸۳، p=۰/۴۸۶) و شرم درونی شده (z=۱/۲۰، p=۰/۱۱) در جامعه تابع توزیع نرمال هستند.

جدول (۱) شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی پیرسون را بر حسب متغیرهای مورد مطالعه نشان می‌دهد.

1 -Self Criticism Scale
2 -Hempel
3 -Internalized Shame Scale
4 -Cook
5 -Kolmogorov-Smirnov

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه و همبستگی آن‌ها با متغیر شرم درونی شده

متغیرها	میانگین ± انحراف معیار	شرم درونی شده
خود انتقادی	۳۵/۲۹±۱۱/۰۶	۰/۷۵ (p<۰/۰۰۱)
اضطراب اجتماعی	۲۵/۴۴±۱۰/۰۲	۰/۶۴ (p<۰/۰۰۱)
ترس از شکست	۱۴/۱۱±۴/۰۷	۰/۵۴ (p<۰/۰۰۱)
شرم درونی شده	۴۲/۲۰±۱۵/۷۵	–

همان طور که در جدول (۱)مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف معیار متغیرهای خود انتقادی، اضطراب اجتماعی، ترس از شکست و شرم درونی شده به دست آمده‌اند. همچنین بین متغیرهای خود انتقادی و شرم درونی شده (۰/۷۵، p<۰/۰۰۱)، اضطراب اجتماعی و شرم درونی شده (۰/۶۴، p<۰/۰۰۱) و ترس از شکست و شرم درونی شده (۰/۵۴، p<۰/۰۰۱) رابطه معنادار دیده می‌شود. این یافته‌ها به سؤال اول تحقیق پاسخ می‌دهد.

در جدول (۲) آماره‌های هم‌خطی[۱] متغیرهای پیش‌بین ازجمله ضریب تحمل[۲] و عامل تورم واریانس[۳]، بیانگر این هستند که همبستگی بین یک متغیر پیش‌بین با سایر متغیرهای پیش‌بین پایین است. به عبارت دیگر، این مقادیر نشان می‌دهند که متغیرهای پیش‌بین همگی مناسب هستند، به ویژه ضریب تحمل متغیر اضطراب اجتماعی (۰/۶۹). همچنین بین ضریب تحمل و خطای معیار رابطه معکوسی دیده می‌شود. این شاخص‌ها حاکی از ثبات مدل و دقت محاسباتی است.

جدول ۲: نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری و تحلیل واریانس رگرسیون ورود شرم درونی‌شده توسط متغیرهای خودانتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست

	متغیر	B	S.E	β	t	p	هم‌خطی	
							T	VIF
شرم درونی شده	عرض از مبدأ	−۳/۳۴	۲/۷۲	–	−۱/۲۲	۰/۲۲۲	–	–
	خود انتقادی	۰/۷۵	۰/۰۷	۰/۵۳	۱۰/۰۶	p<۰/۰۰۱	۰/۶۶	۱/۵۰
	اضطراب اجتماعی	۰/۵۴	۰/۰۸	۰/۳۴	۶/۶۱	p<۰/۰۰۱	۰/۶۹	۱/۴۴
	ترس از شکست	۰/۳۸	۰/۲۰	۰/۰۹	۱/۸۲	p=۰/۰۷۱	۰/۶۶	۱/۵۱

R=۰/۸۲، R^2=۰/۶۷، F (۳ و ۱۷۷) =۱۱۹/۸۸، p<۰/۰۰۱

1 . colinearity statistics
2 . Tolerance Coefficient
3 . Variance Inflation Factor

نسبت F ترکیب خطی متغیرهای پیش بین خود انتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست بر متغیر ملاک (شرم درونی‌شده) نشان می‌دهد که رابطه معنی دار است (۱۱۹/۸۸= (۱۷۷ و ۳) F، ۰/۰۰۱>p). به عبارت دیگر، از سه متغیر پیش‌بین دو متغیر خودانتقادی و اضطراب اجتماعی در تبیین واریانس متغیر شرم درونی‌شده به عنوان یک متغیر ملاک نقش اساسی دارند (R =۰/۸۲).

این دو متغیر به ویژه خودانتقادی رویهم رفته ٪۶۷ واریانس متغیر شرم درونی شده را تبیین می‌کنند و نه متغیر ترس از شکست (t=۱/۸۲، p=۰/۰۷۱). به علاوه، وزن‌های رگرسیون (B و β) بیانگر یافته‌های به دست آمده‌اند. این یافته‌ها به سؤال دوم تحقیق پاسخ می‌دهد. فرمول پیش بینی شرم درونی شده بر حسب متغیرهای پیش بین به این صورت می‌باشد: (ترس از شکست) ۰/۳۸+ (اضطراب اجتماعی) + ۰/۵۴+ (خود انتقادی) ۰/۰/۷۵+ ۳/۳۴- = کمرویی

بحث و نتیجه گیری

هدف این مطالعه پیش بینی سازه شرم از روی متغیرهای اضطراب اجتماعی، خود انتقادی و ترس از شکست در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز بود. شرم یک تجربه هیجانی منفی و مخل است که احساس‌هایی از خود محکومی و میل به پنهان کردن آسیب خود از دیگران را شامل می‌شود. جنبه‌های پیشرفته این هیجان آن است که اغلب افراد خودشان را برای تجربه شرم‌آور حتی زمانی که به طور اتفاقی دچار یک تجربه شکست می‌شوند، سرزنش می‌کنند.

یافته‌های این مطالعه در ارتباط با همبستگی بین متغیرهای اضطراب اجتماعی، خود انتقادی و ترس از شکست معنادار بودند که بیشترین همبستگی را شرم به ترتیب با متغیر خودانتقادی، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست داشت. تحقیقات مختلف بیانگر این هستند که خود انتقادی و شرم نقش مهمی در خشم، اضطراب اجتماعی، اختلال خلقی، بزهکاری، اختلال استرس پس از ضربه، الکلیسم، اختلال شخصیت، مشکلات بین شخصی دارند.

خود انتقادی به عنوان شکلی از آزار و اذیت درونی است که استرس‌زا و تضعیف کننده خود می‌باشد (گیلبرت و ایرونز، ۲۰۰۴). تحقیقات گیلبرت و پروکتر (۲۰۰۶) و گیلبرت و مایلز (۲۰۰۰) نشان دادند که خود انتقادی و مستعد بودن به شرم با یکدیگر رابطه دارند. گیلبرت و تانجنی (۱۹۹۸، برگرفته از گیلبرت و مایلز، ۲۰۰۰) معتقدند که تجربه انتقاد، درک مرتبه اجتماعی و سبک‌های سرزنش نقش مهمی در شرم و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کنند.

بر طبق دیدگاه شناختی- انگیزشی- رابطه‌ای، شکست احتمالاً برای افرادی تهدیدکننده است که آن را یاد گرفته‌اند و آن را با نتایج آزاردهنده مرتبط می‌سازند. کونروی (۲۰۰۱؛ کونروی و همکاران،۲۰۰۱؛ کونروی و همکاران، ۲۰۰۲، برگرفته از کونروی و همکاران، ۲۰۰۷) از پیامدهایی که با ترس از شکست در ارتباطند خبر می‌دهد، مانند تجربه شرم و خجالت، خود ارزیابی بی‌ارزش‌کننده، داشتن آینده‌ای نامشخص، از دست دادن علاقه افراد مهم، پنهان شدن از افراد مهم.

یافته‌های به دست آمده در این پژوهش با نتایج مطالعات سی‌اسمیت (۱۹۶۹، برگرفته از مک گریگور و الیوت، ۲۰۰۵) در ارتباط با معنی‌داری ترس از شکست و شرم؛ گیلبرت (۲۰۰۰) رابطه معنی دار بین شرم، افسردگی و اضطراب اجتماعی؛ زونگ و همکاران (۲۰۰۸) رابطه شرم و عوامل شخصی مثل عصبیت و برونگرایی- درونگرایی با نشانه‌های اضطراب اجتماعی در دانشجویان چینی؛ لوت واک و فراری (۱۹۹۷) رابطه شرم با پریشانی/ اجتناب اجتماعی و اضطراب تعاملی و ترس از ارزیابی اجتماعی را تأیید می‌کند.

به علاوه، نتایج تحلیل رگرسیون هم به جز برای متغیر ترس از شکست نشان داد که از بین متغیرهای سه‌گانه وارد شده به معادله رگرسیون به ترتیب متغیرهای خود انتقادی و اضطراب اجتماعی بیشترین مشارکت و نقش در پیش بینی متغیر شرم در دانشجویان بر عهده دارند. یافته‌های ذکر شده با این یافته همخوان هستند.

همان طور که در هدف پژوهش بیان شد، یکی از ضروری‌ترین نیازهای هر انسان، نیاز به داشتن ارتباطات اجتماعی با دیگران است. چرا که بسیاری از نیازهای متعالی انسان و شکوفا شدن استعدادها و خلاقیت‌هایش از طریق کنش یا تعامل متقابل بین فردی و ارتباطات اجتماعی امکان پذیر می‌باشد.

امروزه سازمان‌ها و اجتماعات به قدری پیچیده شده‌اند که بدون اغراق باید گفت تقریباً تمامی نیازهای انسان‌ها از جمله آموزش، بهداشت، اشتغال، همسر گزینی، فعالیت‌های فوق برنامه، سرگرمی‌ها و بسیاری فعالیت‌های دیگر، بدون ارتباط با دیگران ممکن نیست؛ بنابراین پدیده شرم در انسان‌ها پیچیده است، این پیچیدگی روانی ممکن است نیازهای روان‌شناختی، قابلیت‌ها، هدف‌ها، انگیزه‌ها و برنامه‌های شغلی و اجتماعی و مانند آن را تحت تأثیر قرار دهد.

حقیقت این است که مسأله شرم ممکن است با گذر زمان و پیچیدگی روابط بین فردی و تشدید فشارهای اجتماعی، رقابت‌ها، کناره‌گیری‌ها، تکروی‌ها و تنهایی‌ها عود پیدا کند؛ لذا در این زمینه باید عواملی را که باعث شرم و انزوای اجتماعی انسان‌ها در جامعه می‌شوند را زود و به هنگام تشخیص و

روش‌های تربیتی و درمانی مناسب را مورد استفاده قرار داد. در غیر این صورت شرم همه گیر شده و به صورت یک بیماری اجتماعی در می‌آید.

در کشور ما که تعالیم آن مبتنی بر ارزش‌های والای قرآنی و تکالیف شرعی فردی و گروهی پایه‌ریزی شده است ضرورت دارد که افراد به دور از افراط کاری در گفتار و رفتار خویش شجاعت اخلاقی را مد نظر قرار دهند. امید این است که ارتباطات و پیوندها و مهارت‌های اجتماعی که پیامبر اکرم (ص)، ائمه معصومین (ع)، مجتهدین و روان‌شناسان متذکر شده‌اند بتواند به شکوفایی استعدادهای انسان‌ها و کشور عزیز ما منجر شود.

محدودیت عمده این مطالعه مربوط به جامعه دانشجویی است که با احتیاط می‌توان نتایج را به جمعیت‌های دیگر تعمیم داد. پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات بعدی از سنخ‌های شخصیتی و تعامل متغیرها برای وارسی دقیق‌تر سازه شرم در یک مدل فرضی استفاده شود.

از مسئولین خوابگاه‌ها که در انجام این تحقیق همکاری صمیمانه را داشته‌اند، کمال تشکر را داریم.

منابع

سرمد، زهره (۱۳۸۸). *آمار استنباطی: گزیده‌ای از تحلیل‌های آماری تک متغیری*. انتشارات سمت، چاپ سوم.

هومن، حیدر علی (۱۳۸۵). *تحلیل داده‌های چند متغیری در پژوهش رفتاری*. موسسه چاپ و انتشارات پیک صبا، چاپ دوم.

Budden, A. (2009).The role of shame in posttraumatic stress disorder: A proposal for a socio-emotional model for DSM-V. *Social Science & Medicine*, 69, 1032–1039.

Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Fifer, A. M. (2007). Cognitive links between fear of failure and perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25, 237-252.

Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 76–90.

Cook, D. R. (1993). *Internalized shame* scale manual. Menomonee, WI: Channel Press.

Elison, J. (2006). Investigating the compass of shame: the development of the compass of shame scale. *Social Behavior and Personality*, 34(3), 221-238.

Gilbert, P. (1997). The evolution of social attractiveness and its role in shame, humiliation, guilt and therapy. *British Journal of Medical Psychology*, *70*, 113–147.

Gilbert, P. (2000). The relationship of shame, social anxiety and depression the role evaluation of social rank. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 174-189.

Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 31–50.

Gilbert, P., & Irons, C. (2004). A pilot exploration of the use of compassionate images in a group of self-critical people. *Memory*, 12 (4), 507-516.

Gilbert, P., & Miles, J. N. (2000). Sensitivity to social put-down: its relationship to perceptions of social rank, shame, social anxiety, depression, anger and self-other blame. *Personality and Individual Differences*, 29, 757-774.

Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 353-379.

Lewis, M. (2003). The role of the self in shame. *Social Research*, *70*, 1181–1204.

Lutwak, N., & Ferrari, J. (1997). Shame related social anxiety replicating a link with various social interaction measures. *Journal Anxiety, Stress Coping*, 10, 335-340.

Mascolo, M., & Fischer, K. (1995). *Developmental transformations in appraisals for pride, shame, and guilt.* In J. P. Tangney & K. Fischer (Eds.), Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride (pp. 64-113). New York: Guilford.

Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny and social interaction anxiety. *Behavior Research and Therapy*, 36, 455–470.

McGregor, H. A., & Elliot, A. J. (2005). The shame of failure: examining the link between fear of failure and shame. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 218-231.

Shahar, G. (2001). Commentary on shame and community: social components in depression personality, shame, and the breakdown of social bonds: The Voice of quantitative. *Depression Research Psychiatry*, 64(3), 228-238.

Zhong, J., Wang, A., Qian, M., Zhang, L., Gao, J., Yang, J., Li, B., & Chen, P. (2008). Shame, personality, and social anxiety symptoms SOCIAL in Chinese and American non-clinical samples: across-cultural study. *Depression and Anxiety*, 25, 449–460.

Zubeidat, I., Salinas, J. M., Sierra, J. C., & Parra, A. F. (2007). Psychometric properties of the social interaction anxiety scale and separation criterion between Spanish youths with and without subtypes of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 603–624